

**Manuel
Conde**
(DARAM)

TALLER

**EL AMOR DE TU VIDA
LLEVA CONTIGO TODA LA VIDA
{SI ME AMO, TE AMO MEJOR}**



www.manuelconde.net
www.inspiradores.org



MANUEL CONDE

- Fundador - Director de la Editorial Supérate.
- Formado en Inteligencia Emocional Nivel I y II.
 - Entrenador Nacional de Fútbol.
- Autor de diversos libros de Transformación Interior y Relaciones de pareja.
- Conferenciante tanto a nivel Nacional como Internacional.
- Forma parte del Comité Organizador del Congreso de Desarrollo Personal Ponte a Punto y de INSPIRADORES.

1. CÓMO COMPRENDER QUE EL CONOCIMIENTO DEL OTRO PARTE PRIMERAMENTE DEL CONOCIMIENTO DE UNO MISMO.

- DARSE PARA DAR.
- NO SE PUEDE REGAR UN JARDÍN CON UN CUBO VACÍO.
- LA VIDA NO VA DEL OTRO, VA DE UNO MISMO.

2. DIFERENCIA ENTRE LÍDER Y PROCESO DE AUTOLIDERAZGO.

3. ACTIVIDAD TERAPÉUTICA: ¿CUÁNTO ME CONOZCO?

- UN ENCUENTRO ÍNTIMO CONTIGO QUE ABRE LA PUERTA A VÍNCULOS MÁS AUTÉNTICOS.
- DINÁMICA: **LA RUEDA CONSCIENTE DE LA VIDA.** 

¿QUÉ ME VA A SANAR Y HACER COMPRENDER ESTE MÓDULO?

- ESTE MÓDULO TE AYUDA A VOLVER A TI ANTES DE BUSCAR AL OTRO. PORQUE NO SE PUEDE AMAR, LIDERAR, NI ACOMPAÑAR DESDE EL VACÍO. PARA DAR, PRIMERO HAY QUE DARSE.
- ESTE MÓDULO ES PARA TI SI QUIERES DEJAR DE BUSCAR FUERA LO QUE EMPIEZA DENTRO.



**“El amor funciona igual que el agua.
Si no hay fuente, no hay riego.
Y sin riego... nada florece.”**

1. NO SE TRATA DE AVERIGUAR QUIÉN ES EL OTRO, SINO QUIÉN ES UNO MISMO.

- EL MAYOR SALTO EVOLUTIVO DEL SER HUMANO ES APRENDER A SOSTENERSE POR SÍ MISMO, SER SU PROPIO BASTÓN.
- LIBÉRATE DE TUS HERIDAS EMOCIONALES.
- EL PROCESO DE PERDÓN COMO SANACIÓN.

2. APRENDE A VALORARTE: CÓMO CONSEGUÍ EL SUEÑO DE SER EL REY DE LA SELVA.

3. ACTIVIDAD TERAPÉUTICA:

- DINÁMICA DE AUTOCONOCIMIENTO: **VALORARME NO ME SEPARA DE LOS DEMÁS, ME DEVUELVE A MÍ.** 

¿QUÉ ME VA A SANAR Y HACER COMPRENDER ESTE MÓDULO?

- ESTE MÓDULO TE INVITA A QUITARTE LAS ETIQUETAS, LOS PERSONAJES Y LAS HISTORIAS QUE YA NO TE SOSTIENEN. PORQUE NO SE TRATA DE ENTENDER AL OTRO, SINO DE DEJAR DE PERDERTE DE TI Y EMPEZAR A HABITARSE CON DIGNIDAD.



1. CAMINO A LA AUTOCONSCIENCIA Y LA CONSCIENCIA EN PAREJA.

- ORDENA TU ESPACIO EMOCIONAL.
- ¿QUÉ PILARES SOSTIENEN TU EDIFICIO AMOROSO?
- ¿POR QUÉ NO NOS AMAMOS? ¿DESDE DÓNDE PARTO EN EL AMOR?
- ¿QUIÉN NOS DA LAS PRIMERAS INSTRUCCIONES SOBRE EL AMOR?
- ¿QUÉ ES AL AMOR?
- ¿QUÉ VA ANTES: LA PAZ O EL AMOR?
- LOS SECRETOS DEL BUEN AMOR.
- ¿CÓMO RECONOCER EL AMOR EN NOSOTROS MISMOS?

2. ACTIVIDAD TERAPÉUTICA:

- UN ACTO DE HONESTIDAD PROFUNDA QUE REDEFINE CÓMO ELIGES, CÓMO TE QUEDAS Y CÓMO AMAS.
- DINÁMICA: **CÓMO AMARME A MÍ MISMO.** 

¿QUÉ ME VA A SANAR Y HACER COMPRENDER ESTE MÓDULO?

- ESTE MÓDULO ES PARA QUIENES ESTÁN LISTOS PARA DEJAR DE AMAR DESDE LA HERIDA Y EMPEZAR A AMAR DESDE LA PRESENCIA, LA PAZ Y LA VERDAD.
- CUESTIONARÁS LAS PRIMERAS “INSTRUCCIONES” QUE RECIBISTE SOBRE EL AMOR Y ELIGIRÁS CUÁLES CONSERVAR.
- COMPRENDERÁS QUÉ ES —Y QUÉ NO ES— EL AMOR.
- RECONOCERÁS LOS SECRETOS DEL BUEN AMOR: EL QUE NO DUELE, NO MENDIGA Y NO SE PIERDE.
- APRENDERÁS A RECONOCER EL AMOR EN TI, ANTES DE EXIGIRLO FUERA.



1. FORMAS DE COMUNICARSE EN LA RELACIÓN. RELACIÓN SANA VS RELACIÓN INSANA.

- ¿CÓMO SE CONSTRUYE UNA RELACIÓN SANA? ¿CUÁL ES EL SECRETO?
- DONDE HAY UNIÓN EXISTE LA POSIBILIDAD DE SEPARACIÓN.
- EL AMOR DE PAREJA NO ES PARA TODA LA VIDA, SINO HASTA QUE LA PAREJA DEJE DE TENER VIDA.
- DONDE HAY CONFLICTO TAMBIÉN EXISTE LA POSIBILIDAD DE RECONCILIACIÓN.
- UNO DE LOS MAYORES CONFLICTOS EN LAS RELACIONES AFLORA AL PRETENDER CAMBIAR AL OTRO.
- AUTOCUIDADO DE LOS ESPACIOS. TERRITORIALIDAD.

2. ¿QUÉ ES UNA RELACIÓN INSANA?

- ¿CÓMO SE LLEGA A ELLA? PRINCIPIO DE LA IGUALDAD (NARCISISMO-SUMISIÓN)
- ¿CÓMO DARSE CUENTA DE QUE ESTOY EN UNA RELACIÓN INSANA?

3. ACTIVIDAD TERAPÉUTICA: ACLARAR MI PROPÓSITO EN EL AMOR.

- DINÁMICA: **CÓMO GESTIONAR LAS DEPENDENCIAS EMOCIONALES. ¿CÓMO SALIR DE ELLAS SATISFACTORIAMENTE Y SANARLAS?**

¿QUÉ ME VA A SANAR Y HACER COMPRENDER ESTE MÓDULO?

AQUÍ TAMBIÉN MIRAS DE FRENTE LO QUE DUELE:

- QUÉ ES UNA RELACIÓN INSANA Y CÓMO SE LLEGA A ELLA.
- EL PRINCIPIO DE LA IGUALDAD ROTA: NARCISISMO VS SUMISIÓN.
- CÓMO DARTE CUENTA SI ESTÁS EN UNA RELACIÓN QUE TE APAGA.
- CÓMO ATRAVESAR CRISIS, DESAVENENCIAS Y RUPTURAS SIN PERDERTE EN LA DEPENDENCIA EMOCIONAL.
- CÓMO SALIR DE UNA RELACIÓN INSANA CON DIGNIDAD, CONSCIENCIA Y CUIDADO.



1. ¿DÓNDE SIGO PONIENDO LA ATENCIÓN?

- EN EL SIN TI, O EN EL CONMIGO.
- EN LA VÍCTIMA EMOCIONAL, O EN EL MAESTRO INTERIOR.
- EN LA HERIDA DE LA DESESPERANZA, O EN LA HERIDA DE LA ESPERANZA.

2. LAS RELACIONES NO TERMINAN CUANDO SE ROMPEN, SINO CUANDO SE SUELTAN.

2.1. EL TEMOR POR SOLTAR.

- CÓMO ROMPER UN CÍRCULO TRANSGENERACIONAL.
- LA RELACIÓN NO TERMINA CUANDO ROMPÉIS, SINO CUANDO OS SOLTÁIS.
- CÓMO TRAZAR UNA RUTA HACIA EL CORAZÓN DEL OTRO.
- LA MAYOR DECLARACIÓN DE AMOR ES DAR LIBERTAD A QUIEN QUIERE EXPLORAR LA VIDA RELACIONAL SIN TI.

2.2. LOS 3 AGRADECIMIENTOS.

- ¿QUÉ ES EL AGRADECIMIENTO?
 - A. A NUESTROS PADRES.
 - B. A LA PAREJA QUE SOLTAMOS.
 - C. A LA EXPAREJA DE MI NUEVA PAREJA.

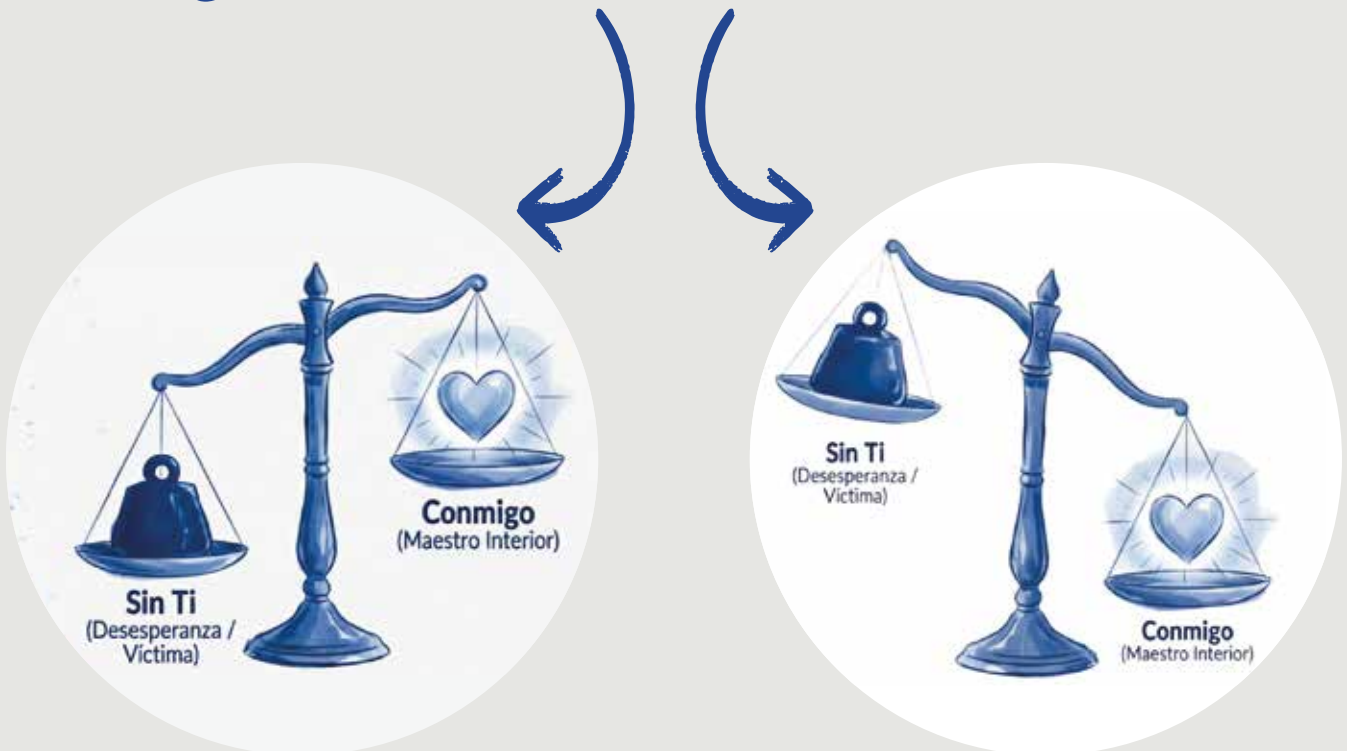
3. ACTIVIDAD TERAPÉUTICA: CENTRADAS EN SOLUCIONES (ATCS).

1. APRENDER A ACEPTAR 
 - ¿QUÉ ES LA ACEPTACIÓN?
 - ACTIVIDAD A:** "SOLTAR LOS REMOS". EL ARTE DE ACEPTAR LO QUE YA ES.
 - ACTIVIDAD B:** DIFERENCIAS Y BENEFICIOS DE PREGUNTARSE ¿POR QUÉ? O ¿PARA QUÉ? 
2. EL CÍRCULO PROTECTOR 
 - ¿QUÉ ES UN CÍRCULO PROTECTOR? TEJIENDO TU RED AMOROSA. 
3. REPROGRAMACIÓN COGNITIVA- NEUROSANACIÓN 
 - ALQUIMIZAR LOS PENSAMIENTOS 
 - ACTIVIDAD C:** CÓMO APRENDER A SOLTAR 

¿QUÉ ME VA A SANAR Y HACER COMPRENDER ESTE MÓDULO?

- QUE EL VACÍO NO SE LLENA CON COMPAÑÍA EXTERNA, SINO, CON LA RECONEXIÓN INTERNA.
- CÓMO DETENER EL CONFLICTO INTERNO.
- CÓMO RECOGER LOS PEDAZOS... Y FLORECER.
- CÓMO ENCONTRAR LA PAZ EN LO QUE ANTES DOLÍA .

¿DÓNDE ESTÁ TU ATENCIÓN?



**NUMEROSAS PÁGINAS
DE CONTENIDO
ESTRUCTURADAS EN
MÓDULOS**



**VIDEOS ILUSTRATIVOS
QUE ESTARÁN PRESENTES
DURANTE TODO
EL TRANCURSO
DE LOS MÓDULOS**



**NUMEROSAS
HOJAS DE TRABAJO
CON EJERCICIOS Y
CUESTIONARIOS EN
CADA UNO
DE LOS MÓDULOS**



COLECCIÓN

LAS RECETAS EMOCIONALES DE MI HERMANA

Cada libro está narrado a través de las conversaciones de dos hermanos, **Rodrigo y Daniela**. Ella, seis años mayor, se convierte en su «correctora emocional». A través de su temple inspirador, le va sugiriendo a él, de manera cautivadora, que **el sendero existencial hay que recorrerlo de piel para adentro**, invitándole a que no se aleje de su propia esencia y le convoca a que pula los **diamantes que lleva dentro**.



CALENDARIO EMOCIONAL PERPETUO

TEMÁTICA

12 meses / 12 enfoques de Inteligencia Emocional y Liderazgo Interior a modo de enseñanza diaria.

OBJETIVO

Adquirir conciencia emocional de ti mismo.